GUIDE PRATIQUE

LE GUIDE DES FUTURS PARENTS

PREMIERS PAS EN VAL-DE-MARNE

PLUS D'INFOS
cg94.fr

VAL de MARNE
Conseil général

SOMMAIRE

1 LA PMI À VOTRE SERVICE

- Pour votre enfant : les centres de protection maternelle et infantile (PMI) 7
- Pour vous : les centres de planification de d'éducation familiale (CPEF) 8

2 VOUS ÊTES ENCEINTE

- Les conseils santé 13
- Une grossesse bien suivie 13
- Les démarches 16
- Le travail 18

3 VOTRE BÉBÉ EST ARRIVÉ

- Les consultations en centre de PMI 23
- Au quotidien avec votre enfant 25

4 VOTRE SUIVI GYNÉCOLOGIQUE APRÈS L'ACCOUCHEMENT

- La visite post-natale 33
- La contraception 35

5 CHOISIR UN MODE D'ACCUEIL

- Vous voulez faire garder votre enfant 39
- Vous souhaitez garder votre enfant : le congé parental d'éducation 42

6 AIDER POUR MIEUX PROTÉGER 47

7 CARNET D'ADRESSES 50

« 21 000 ENFANTS NAISSENT CHAQUE ANNÉE DANS LE VAL-DE-MARNE »

C'est avec plaisir que le Conseil général vous offre le guide *Premiers pas en Val-de-Marne* qui vous accompagnera tout au long de votre grossesse et lors des premières années de votre enfant.
Soucieux du bien-être des enfants et des familles du département, le Conseil général du Val-de-Marne a développé un service public de prévention, ouvert à tous. Le Val-de-Marne est un département à forte natalité, un des signes de son attractivité et de son dynamisme. Les excellents indicateurs de santé maternelle et infantile sont les fruits d'une politique menée par le Conseil général depuis plus de 40 ans qui a permis le développement d'un service public de proximité au service des familles. Les 82 centres de protection maternelle et infantile (PMI) et les 52 centres de prévention et d'éducation familiale (CPEF) proposent ainsi leurs compétences médicale, psychologique, éducative et sociale.

Les 800 professionnels du service de PMI interviennent à des temps différents auprès des familles et des enfants. Le Conseil général tient tout particulièrement à vous proposer ses services pour vous aider dans votre rôle de parents et dans votre vie de couple dans le respect de vos choix et de votre situation.

Christian Favier, **Sénateur, Président du Conseil général du Val-de-Marne**

LA PMI À VOTRE SERVICE

LA PMi À VOTRE SERViCE

La Protection maternelle et infantile (PMi) a pour mission de protéger la santé des mères et des enfants jusqu'à l'âge de 6 ans. Elle offre un suivi médical, des conseils, des activités d'éveil pour les enfants et un accompagnement parental et familial. Ces services sont proposés gratuitement par le Conseil général du Val-de-Marne et sont assurés par des professionnels de la petite enfance.

Vous pouvez vous rendre dans le centre de PMi de votre choix ; ils ne sont pas sectorisés. Toutefois, veillez à choisir un centre rapidement accessible pour vous permettre de vous y rendre facilement, aussi souvent que nécessaire.

Pour votre enfant

Les centres de protection maternelle et infantile (PMI)

Le Conseil général du Val-de-Marne vous propose **82 centres** de protection maternelle et infantile. Vous êtes reçu(e) par une équipe constituée de puéricultrices, d'infirmières, d'auxiliaires de puériculture, d'éducateurs de jeunes enfants, de psychologues et de médecins.

Dans les centres de PMI sont proposés :

- des pesées ;
- le suivi du développement psychomoteur ;
- un suivi médical ;
- des dépistages précoces (de troubles sensoriels, de difficultés du développement staturo-pondéral et psychomoteur, de handicaps, etc.) ;
- les différentes vaccinations obligatoires et recommandées ;
- des groupes de paroles autour de la naissance, de l'allaitement et de la vie quotidienne avec un jeune enfant ;
- des temps de halte jeux.

Ce sont aussi des **lieux d'accueil, d'écoute et de conseil.**

L'ensemble des activités proposées par les centres de PMI est **offert à la population val-de-marnaise**, sans conditions de ressources, de couverture sociale, de domiciliation. Les services proposés sont financés par le Conseil général et la Caisse primaire d'assurance maladie (CPAM). Les familles n'ont pas à avancer les frais lors des différents temps de consultation. Si vous avez une carte Vitale ou une carte d'aide médicale d'État, pensez à l'apporter.

Vous trouverez la liste des centres de PMI page 50 ou sur le portail Internet www.cg94.fr

LES CENTRES DE PMI RÉALISENT CHAQUE ANNÉE :

- **Plus de 8 200 visites de sages-femmes au domicile des femmes enceintes.**
- **Le suivi d'un enfant sur deux pendant les deux premières années de sa vie.**
- **Le suivi de plus de 50 000 enfants âgés de 0 à 6 ans.**
- **Plus de 24 000 visites à domicile de puéricultrices auprès de plus de 12 000 enfants.**
- **Plus de 14 000 demi-journées de consultations pédiatriques.**

Pour vous

Les centres de planification et d'éducation familiale (CPEF)

Le Conseil général du Val-de-Marne vous propose **52 centres** de planification et d'éducation familiale. Ils se trouvent le plus souvent dans les locaux des centres de PMI. Vous êtes reçu(e) par une équipe constituée de médecins spécialisés en gynécologie ou ayant une compétence dans cette spécialité, de sages-femmes, d'infirmières diplômées d'État, de conseillères conjugales et familiales, d'auxiliaires de puériculture.

Les consultations sont proposées aux mineurs ou aux jeunes adultes pour tout ce qui concerne :

- le suivi de grossesse ;
- le suivi gynécologique ;
- la contraception et la contraception d'urgence ;
- la sexualité, la vie relationnelle et affective, les difficultés liées à une excision ;
- les difficultés de vie en couple et les violences conjugales, les difficultés relationnelles au sein de la famille, les mariages forcés ;
- la prévention, le dépistage et le traitement des infections sexuellement transmissibles (IST) et du VIH ;
- la prévention et le dépistage du cancer du col de l'utérus, le dépistage du cancer du sein ;
- l'accompagnement en vue d'une interruption volontaire de grossesse (IVG), les entretiens avant et après les IVG.

Les consultations sont **gratuites**. Pour les mineurs et pour les personnes n'ayant pas de couverture sociale, les examens prescrits dans le cadre du suivi gynécologique ou du suivi d'une grossesse sont pris en charge financièrement par le Conseil général du Val-de-Marne. Si vous avez une carte Vitale ou une carte d'aide médicale d'État, pensez à l'apporter.

La plus stricte **confidentialité** des actes effectués dans les centres est assurée. Pour les mineurs, l'autorisation parentale n'est pas demandée, sauf en cas de vaccination.

Les CPEF sont ouverts **de 8h30 à 17h30 du lundi au vendredi**. Des consultations du soir ont également lieu dans certains centres.

Vous trouverez la liste des centres de planification et d'éducation familiale (CPEF) page 52 ou sur le site www.cg94.fr.

LES CPEF RÉALISENT CHAQUE ANNÉE :

- Plus de **6 000 demi-journées** de consultations gynécologiques.
- Plus de **7 500 entretiens** avec des conseillers conjugaux.

VOUS ÊTES ENCEINTE

VOUS ÊTES ENCEINTE

La grossesse est un événement naturel
qui nécessite une hygiène de vie
et une surveillance adaptées.
C'est également une période synonyme
de nombreuses démarches administratives.

Les conseils santé

Pendant cette période de votre vie, il est important de :

- respecter les conseils d'alimentation et d'hygiène pour prévenir certaines infections qui pourraient être graves pour votre enfant (toxoplasmose, listériose, cytomégalovirus, etc.) ;
- supprimer complètement la consommation d'alcool, de tabac, de cannabis et d'autres substances toxiques ;
- avoir une alimentation saine et équilibrée et éviter le grignotage ;
- consulter votre dentiste et avoir une bonne hygiène bucco-dentaire en vous brossant les dents après chaque repas ;
- n'absorber aucun médicament sans avis médical même s'il vous paraît anodin et d'usage habituel.

Par ailleurs, **votre compagnon** veillera à mettre à jour sa vaccination contre la coqueluche car c'est une maladie grave pour les nouveau-nés. Vous pourrez vous-même effectuer cette vaccination juste après l'accouchement.

Une grossesse bien suivie

Votre grossesse nécessite un suivi qui peut être réalisé par un médecin ou une sage-femme dans un cabinet, en maternité ou dans un centre de protection maternelle et infantile (PMI) dans le cadre de consultations prénatales.
La PMI vous propose également de **participer à des groupes de parole** pendant la grossesse, seule ou en couple, ainsi qu'à des groupes de soutien à l'allaitement. Ces réunions sont animées par des sages-femmes, des puéricultrices et des auxiliaires de puériculture. Vous pouvez contacter votre centre de PMI pour connaître les dates des réunions organisées près de chez vous.
La PMI est également un lieu d'orientation qui peut vous mettre en lien avec d'autres professionnels ou des associations afin de répondre au mieux à vos besoins.
Des interprètes peuvent être mis à disposition des personnes ne parlant pas le français.

La sage-femme de votre secteur peut se déplacer à domicile pour vous accompagner ou effectuer la surveillance d'une éventuelle pathologie de la grossesse, à votre demande ou à celle du médecin.

Comment faire pour la rencontrer ?

▸ Systématiquement, la sage-femme de votre secteur vous proposera un rendez-vous, par courrier. Vous pouvez également téléphoner à l'espace départemental des solidarités ou au centre de PMI le plus proche de votre domicile (coordonnées page 50).

Entretiens, visites à domicile et consultations à la PMI sont gratuits.

Le réseau de soins « ville-hôpital »

Les professionnels de PMI du Conseil général du Val-de-Marne travaillent en réseau avec les maternités. L'objectif est de proposer à toutes les femmes enceintes et à leur(s) nouveau-né(s) une prise en charge de qualité en assurant la **continuité des soins** grâce à la collaboration des différents professionnels qui participent au suivi. Les professionnels que vous rencontrerez ont peut-être adhéré à ces réseaux de soins. Vous êtes libre d'accepter ou non d'y entrer.

Retrouvez l'ensemble des coordonnées des centres de PMI page 50.

LE CALENDRIER DE VOTRE SURVEILLANCE MÉDICALE DE GROSSESSE COMPREND :

- **7 consultations médicales obligatoires**
  Le premier examen médical doit avoir lieu impérativement avant la fin du 3e mois de grossesse.
- **3 échographies recommandées**
  (vers 12, 22 et 32 semaines d'aménorrhée).
- **Des examens biologiques.**
- **8 séances**
  de préparation à la naissance et à la parentalité.

Les séances de préparation à la naissance et à la parentalité

L'entretien du 4e mois est un **temps de parole et d'information.** Vous pourrez, seule ou en couple, confier vos craintes, vos interrogations concernant votre grossesse, votre futur bébé et votre future vie familiale. La sage-femme (PMI ou libérale) ou le médecin pourra vous aider à résoudre ces difficultés et vous orienter vers des aides dont vous ou votre bébé pourriez bénéficier.
Les autres séances de préparation à la naissance ont pour but de vous préparer à votre accouchement et vous permettre d'accueillir votre bébé dans les meilleures conditions.

L'assurance maladie

Toutes les consultations, examens et entretiens effectués pour le suivi de la grossesse sont remboursés par la Caisse primaire d'assurance maladie (CPAM). À partir du début du 6e mois de votre grossesse et jusqu'au 12e jour qui suit l'accouchement, les frais médicaux sont pris en charge à 100% par la CPAM.
Si vous n'êtes pas assurée sociale ou dans l'attente de l'ouverture de vos droits, les consultations effectuées en PMI ainsi que les examens complémentaires pour le suivi de grossesse seront **pris en charge par le Conseil général**, y compris si vous êtes en situation irrégulière. Vous serez par ailleurs accompagnée et orientée pour la mise en place de vos droits d'accès aux soins : mise en place de la Couverture maladie universelle (CMU) , de l'Aide médicale d'État (AME), etc. Si vous relevez de l'Aide médicale d'État ou de la CMU complémentaire, votre prise en charge sera effective dès le début de la grossesse.

Pour tout renseignement concernant la couverture maternité, consultez le site de la Caisse primaire d'assurance maladie (CPAM) : www.ameli.fr

SEIN OU BIBERON : QUE CHOISIR ?

Pendant votre grossesse, de nombreuses questions surgissent, et notamment celles relatives au mode d'alimentation. La décision d'allaiter ou de donner le biberon doit être la vôtre, mais c'est aussi l'affaire du couple. Parlez-en à votre compagnon. N'hésitez pas à en parler avec votre sage-femme et votre gynécologue. Vous pouvez également trouver de nombreuses informations et rencontrer des mères qui allaitent auprès d'associations de soutien à l'allaitement.

Vous trouverez la liste des associations de soutien à l'allaitement page 58.

Les démarches

La déclaration de grossesse

La déclaration de grossesse est obligatoire. Elle est faite par un médecin ou une sage-femme qui vous remettra un formulaire intitulé « premier examen prénatal », composé de trois feuillets. Après avoir complété le document, adressez le feuillet rose à votre Caisse primaire d'assurance maladie et les deux feuillets bleus à votre Caisse d'allocations familiales. Vous pourrez ainsi prétendre au versement des prestations auxquelles vous avez droit : prestations de l'assurance maladie et prestations familiales.

Grâce à la déclaration de grossesse, vous recevrez du Conseil général votre **carnet de santé de maternité** que vous apporterez à chaque consultation et dans lequel vous trouverez de nombreuses informations utiles. C'est votre carnet personnel. Vous pourrez vous-même y inscrire des annotations, le calendrier de vos différents rendez-vous ou vos numéros utiles. Ce carnet est aussi un outil de transmission entre les équipes qui vous prendront en charge. Les éléments médicaux qui y seront inscrits le seront avec votre accord.

L'inscription à la maternité

Prenez contact le plus tôt possible avec la maternité dans laquelle vous avez choisi d'accoucher car les inscriptions sont limitées dans certaines d'entre elles.

Retrouvez les adresses des maternités val-de-marnaises page 58.

LES PRESTATIONS FAMILIALES :

La Prestation d'accueil du jeune enfant (PAJE), pour toute naissance ou adoption. Elle comprend :

- Une prime de naissance ou d'adoption versée en une fois au 7e mois de grossesse, pour chaque enfant à naître (sous condition de ressources).

- Une allocation versée chaque mois, du mois de naissance de l'enfant jusqu'à ses trois ans (sous condition de ressources).

- Le complément de libre choix d'activité à partir du 1er enfant à charge de moins de trois ans, pour permettre à l'un des parents de s'occuper de l'enfant en arrêtant ou en diminuant son activité professionnelle.

- Le complément de libre choix du mode de garde pour permettre d'employer une garde à domicile ou un assistant maternel agréé, pour la garde d'un enfant de moins de six ans.

- Les allocations familiales à partir du deuxième enfant.

- Depuis le 1er juin 2009, l'Aide aux parents isolés (API) est remplacée par le Revenu de solidarité active (RSA). Si vous avez peu ou pas de ressources, un enfant à naître ou déjà un enfant à votre charge, vous y avez peut-être droit.

Pour tout renseignement, consultez votre caisse d'allocations familiales ou le site Internet de la CAF : www.caf.fr

Le travail

La déclaration de grossesse

Si vous exercez une activité professionnelle salariée, votre emploi est protégé pendant toute la durée de votre grossesse et de votre congé maternité.
Votre employeur ne peut pas vous licencier pendant cette période.
De plus, vous avez droit à un **congé maternité** dont la durée dépend du nombre d'enfants que vous attendez et du nombre d'enfants dont vous avez la charge.

VOUS ATTENDEZ	VOUS AVEZ DÉJÀ	CONGÉS AVANT L'ACCOUCHEMENT	CONGÉS APRÈS L'ACCOUCHEMENT
1 enfant	**0 ou 1 enfant à charge**	**6 semaines**	**10 semaines**
	2 enfants ou + à charge	**8 semaines**	**18 semaines**
Des jumeaux		**12 semaines**	**22 semaines**
Des triplés ou plus		**24 semaines**	**22 semaines**

Vous pouvez moduler la répartition de vos semaines de congés, après accord de votre médecin, mais en gardant deux semaines minimum avant l'accouchement.

La durée de votre congé maternité peut être étendue :

- en cas de grossesse pathologique ou de suites de couches pathologiques ;
- en cas d'accouchement prématuré si l'accouchement a lieu avant les 6 semaines de congé prénatal.

La déclaration à votre employeur

Si vous exercez une activité salariée, vous informerez votre employeur de votre grossesse, quand vous le souhaiterez, verbalement ou par écrit, mais toujours avant de partir en congé maternité. Vous pourrez demander à votre médecin ou à la sage-femme de vous établir un **certificat de grossesse** qui indiquera la date prévue de votre accouchement afin que votre employeur calcule la date de votre début de congé maternité.

Le congé paternité

Les pères qui travaillent peuvent bénéficier d'un **congé paternité** qui s'ajoute aux 3 jours d'absence autorisés par le Code du travail. Il est d'une durée de 11 jours consécutifs pour un enfant unique et de 18 jours pour une naissance multiple. Il doit être pris avant les 4 mois de l'enfant.

VOTRE BÉBÉ EST ARRIVÉ

VOTRE BÉBÉ EST ARRIVÉ

Dès la sortie de la maternité, l'équipe du centre de PMI peut vous recevoir de façon confidentielle et individualisée pour répondre aux questions que vous vous posez sur la santé et l'éveil de votre enfant jusqu'à ses six ans : son alimentation, son développement, sa surveillance médicale, les possibilités d'aides à domicile, les modes d'accueil, les relations de l'enfant avec son entourage.

Les consultations en centre de PMI

Les centres de PMI proposent des consultations médicales préventives effectuées par un pédiatre ou un médecin ayant des connaissances particulières en pédiatrie.

Ces consultations permettent de :

- s'assurer du bon développement staturo-pondéral (poids et taille), psychomoteur et intellectuel de l'enfant ;
- le protéger contre certaines maladies infectieuses grâce aux vaccinations ;
- informer et conseiller les parents sur les besoins de leur enfant en tenant compte de son développement singulier ;
- dépister de manière précoce les troubles ou les maladies ainsi que les handicaps afin d'orienter les familles vers des services spécialisés pour une prise en charge adaptée : centres d'action médico-sociale précoce (CAMSP) et services d'éducation spécialisée de soins à domicile (SESSAD) ;
- accompagner l'enfant porteur d'une pathologie chronique (drépanocytose, asthme et allergie, obésité, etc.) ou de troubles du développement et des apprentissages, en lien avec les services spécialisés ;
- intégrer l'enfant et sa famille aux différentes activités proposées par le centre de PMI ;
- informer les familles sur les risques liés à l'habitat tel que le saturnisme (intoxication par le plomb, présent dans certains habitats anciens), ainsi que la prévention des accidents domestiques ;
- échanger avec les parents et les conseiller sur la santé de leur enfant : comment faire face à certaines situations comme la fièvre, la diarrhée, les rhinopharyngites, etc.

Visites à domicile

Les puéricultrices de PMI peuvent se rendre à votre domicile dès la sortie de la maternité. Elles pourront ainsi établir avec vous une relation privilégiée dans le cadre familial, vous proposer **une écoute, un soutien et des réponses** aux questions que vous vous posez sur les besoins de votre enfant.

LE CARNET DE SANTÉ

Il vous est donné par l'équipe de la maternité. Il est confidentiel et appartient exclusivement à votre enfant. Il sert de lien entre les médecins et les autres professionnels de santé. Pensez à l'emporter à chaque consultation, à chaque pesée, et à le prendre avec vous lors de vos déplacements. En cas de perte, adressez-vous à la PMI pour vous en procurer un nouveau.

Votre enfant doit bénéficier de 20 examens obligatoires, dont 3 qui donnent lieu à l'établissement d'un certificat de santé : les certificats du 8e jour (rempli lors de l'examen de votre bébé avant la sortie de la maternité), du 9e mois et du 24e mois. Ces trois documents se trouvent dans le carnet de santé de votre enfant. Assurez-vous que ces certificats sont bien remplis et renvoyés au Conseil général à l'aide des enveloppes T que vous trouvez dans le carnet de santé.
Ces examens permettent à votre enfant d'être suivi chaque mois, de la naissance à l'âge de 6 mois, puis de façon plus espacée jusqu'à l'âge de 6 ans.

La halte-jeux

La halte-jeux est un lieu d'accueil au sein du centre de PMI pour les parents et leur enfant. Ce temps de rencontre et d'échanges s'adresse aux enfants ne fréquentant pas un mode d'accueil collectif. Il propose une transition entre l'espace familial et la collectivité. Il permet à chaque enfant de rencontrer d'autres enfants et d'autres adultes dans un espace riche et structurant, quelques heures par semaine. L'éducatrice de jeunes enfants et les auxiliaires de puériculture assurent ce temps de halte-jeux en lien avec la puéricultrice du **centre de PMI**.

L'accueil parents-enfants

L'accueil parents-enfants est un temps de rencontre, d'échange et d'écoute organisé dans les **centres de PMI**. Cela permet à l'enfant de jouer librement, en présence de l'adulte qui l'accompagne. Ce lieu permet aux parents de partager leurs expériences, tout en observant leur enfant. Ils peuvent ainsi se rassurer sur ses compétences et son développement. Les professionnels qui participent à cet accueil favorisent un climat propice au plaisir d'être ensemble.

Au quotidien avec votre enfant

L'alimentation

Pendant les 4 à 6 premiers mois, votre enfant n'a pas besoin d'autres aliments que le lait. **Votre lait est l'aliment le mieux adapté aux besoins de votre enfant.** Allaitez-le aussi longtemps que vous le souhaitez ou que vous le pouvez. Si vous donnez le biberon,
le type de lait qui convient à votre bébé, les quantités à donner et le mode de reconstitution vous seront indiqués par votre médecin traitant ou lors de vos visites dans le centre de PMI. L'introduction d'aliments solides s'effectue très progressivement à partir de 5 à 6 mois. N'hésitez pas à demander conseil à votre médecin ou aux

professionnels de santé.

L'hygiène bucco-dentaire

Les caries peuvent survenir même chez le très jeune enfant. Il est important que le brossage des dents fasse partie des rituels quotidiens d'hygiène.

Avant l'arrivée des premières dents, un nettoyage simple de la bouche et des gencives avec une compresse humide permet d'éliminer les microbes.

Dès la première dent sortie, nettoyez-la avec une compresse humide (ou une petite brosse à dents souple), une fois par jour.
Puis, au fur et à mesure que votre enfant grandit, utilisez une brosse à dents à petite tête et à poils souples et un dentifrice dont le dosage en fluor correspond à l'âge de l'enfant. Une trace de dentifrice suffit pour les plus jeunes. Il faut laver les dents une fois par jour chez le tout-petit, matin et soir à partir de deux ans, et progressivement jusqu'à trois fois par jour. **C'est aux parents de brosser puis d'aider l'enfant** à se brosser les dents au fur et à mesure qu'il grandit.
Dès deux ans, un examen régulier chez le dentiste permettra de dépister les débuts

QUELQUES CONSEILS POUR ÉVITER LES CARIES :

• **Ne pas laisser de biberon en « libre-service »** contenant autre chose que de l'eau, surtout la nuit.

Les dents peuvent se carier si vous laissez l'enfant avec un biberon sucré (attention, le lait contient du sucre).

• **Éviter les échanges de salive avec votre bébé** car la salive de l'adulte contient des microbes qui peuvent être à l'origine de la formation de caries chez le jeune enfant. Il ne faut donc pas sucer les tétines de votre bébé, goûter les aliments avec la même cuillère, etc. La tétine se rince à l'eau et ne doit jamais être enduite d'un produit sucré (miel, etc.).

Depuis plus de 20 ans, le Conseil général du Val-de-Marne est largement impliqué dans la santé bucco-dentaire par sa collaboration avec les différents professionnels et en étant à l'initiative de dispositifs de prévention (M'T Dents, etc.).

éventuels de caries.

Conseils pour le couchage en toute sécurité de votre bébé :

- la température de la chambre doit être à 19°C ;
- utilisez un lit et un matelas ferme qui portent la mention « conforme aux exigences de sécurité » et respectez le mode d'emploi ;
- couchez toujours votre bébé sur le dos ;
- n'utilisez pas d'oreiller, de couverture ou de couette ; habillez votre enfant d'un surpyjama ou mettez-le dans une gigoteuse ;
- veillez à ce qu'il ne porte aucun vêtement ou bijou avec lesquels il pourrait s'étrangler (ruban, chaîne, bandeau…) ;
- n'encombrez pas le lit avec des peluches ou des jouets avec lesquels votre bébé pourrait s'étouffer ou s'étrangler ;
- ne laissez jamais un animal entrer dans la chambre de votre enfant ;
- ne donnez jamais à votre bébé de médicament pour dormir ;
- ne l'habituez pas à s'endormir avec un biberon.

La prévention des accidents domestiques chez le jeune enfant

Véritable terrain d'aventure pour l'enfant, la maison est aussi un lieu à risques. Les accidents domestiques représentent la première cause de mortalité chez le jeune enfant. Des précautions simples s'imposent à tous les parents. Il est important de penser à **organiser son domicile de façon sécurisée** pour prévenir ces risques, et ce, dès le plus jeune âge de l'enfant.

De façon générale, voici quelques précautions de base à prendre :

- Ne pas réchauffer un biberon au micro-ondes : risque de brûlures.
- Éviter les chaînes et les cordons autour du cou du bébé.
- Ne JAMAIS laisser votre bébé seul sur la table à langer ou dans la baignoire, et d'une manière générale, ne jamais laisser votre bébé sans surveillance ou sous la seule surveillance de ses aînés.
- Stocker les produits d'entretien et les médicaments dans un placard fermant à clé, en hauteur.
- Ne pas mettre de meubles ou de chaises sous les fenêtres, sur lesquels votre enfant pourrait monter.
- Équiper vos fenêtres de systèmes de blocage.
- Pour les trajets en voiture, penser à utiliser un siège auto adapté à l'âge de votre enfant et homologué par la sécurité routière.
- En été, penser à protéger votre enfant des risques liés au soleil et à la chaleur : éviter les sorties aux heures les plus chaudes, les endroits surchauffés (voiture, plage, etc.). N'oubliez pas la crème solaire, le chapeau, et donnez-lui de l'eau régulièrement pour éviter la déshydratation.
- Ne jamais laisser votre enfant seul avec un animal domestique (chien, chat, etc.).

Vous pouvez retrouver ces conseils dans le carnet de santé de votre enfant et sur la brochure INPES « Protéger votre enfant des accidents domestiques » www.inpes.sante.fr

BÉBÉS SECOUÉS, ATTENTION DANGER !

Si votre bébé pleure et que vous ne supportez plus ses pleurs, ne criez pas et surtout NE SECOUEZ PAS VOTRE BÉBÉ. Vous êtes excédé(e), vous êtes paniqué(e), vous ne savez plus quoi faire : ne restez pas seul(e), parlez-en à votre entourage et/ou à un professionnel de santé.
Jusqu'à 1 an, la tête des bébés est très fragile. Des secousses trop fortes peuvent entraîner de graves séquelles. Secouer un bébé peut le tuer ou le laisser handicapé à vie.

VOTRE SUIVI GYNÉCOLOGIQUE APRÈS L'ACCOUCHEMENT

VOTRE SUIVI GYNÉCOLOGIQUE APRÈS L'ACCOUCHEMENT

Vous vous posez beaucoup de questions après la naissance de votre enfant ? N'hésitez pas à en parler à votre médecin traitant ou aux professionnels de PMI qui peuvent vous répondre et vous orienter.

La visite post-natale

C'est une consultation avec un médecin ou une sage-femme qui a lieu 6 à 8 semaines après l'accouchement. Elle vous permet de reparler de l'accouchement, de réaliser **un examen gynécologique**, de revoir la contraception et de prescrire éventuellement une rééducation périnéale, pour la prévention des fuites urinaires notamment. À cette occasion, un frottis pourra être réalisé dans le cadre de la prévention du cancer de l'utérus (il est recommandé d'en faire un tous les trois ans).

Cette consultation est prise en charge par la Caisse primaire d'assurance maladie.

LES CPEF VOUS PROPOSENT UN SUIVI GYNÉCOLOGIQUE

Les équipes des CPEF (centres de planification et d'éducation familiale) vous accueillent tout au long de l'année et vous proposent des consultations ainsi que des examens de dépistage.

Vous trouverez les coordonnées des CPEF page 52.

VOTRE SUIVI GYNÉCOLOGIQUE APRÈS L'ACCOUCHEMENT

La contraception

L'allaitement et l'absence de règles après l'accouchement ne vous protègent pas d'une nouvelle grossesse.

Si vous n'avez pas comme projet immédiat une nouvelle grossesse, demandez conseil à votre médecin ou à votre sage-femme. Certaines pilules sont compatibles avec l'allaitement, d'autres non. Les stérilets, les implants contraceptifs et les préservatifs sont compatibles avec l'allaitement. Les anneaux vaginaux et les patchs contraceptifs ne sont pas conseillés pendant cette période.

Si vous rencontrez des difficultés (urinaires, gynécologiques, sexuelles, etc.) en lien avec une excision subie dans votre enfance, vous pourrez en discuter avec la sage-femme ou le gynécologue. Ils vous conseilleront et vous proposeront, si besoin, une orientation pour une prise en charge adaptée.

LE BABY BLUES

C'est une période où, tout en étant heureuse d'être mère, vous pouvez vous sentir mal, pleurer souvent sans raison particulière. Il peut s'agir d'un « baby blues ». Parlez-en avec un professionnel de la PMI qui vous apportera conseils et soutien.

CHOISIR UN MODE D'ACCUEIL

CHOISIR UN MODE D'ACCUEIL

Collectifs ou individuels, plusieurs modes d'accueil existent dans le Val-de-Marne. Le Conseil général participe à leur développement en créant des places en crèches ou en agréant et en formant les assistantes maternelles. Les professionnels de PMi peuvent vous orienter dans vos recherches.

Vous souhaitez garder votre enfant : le congé parental d'éducation

C'est un arrêt momentané de l'activité professionnelle de l'un des parents à l'occasion de la naissance ou de l'adoption d'un enfant.
L'allocation du complément de libre choix d'activité de la PAJE (Prestation d'accueil du jeune enfant) peut être versée par la CAF aux familles dont l'un des parents a cessé ou réduit son activité professionnelle d'au moins 20%.

Adressez-vous au service d'information du ministère de l'Emploi, du Travail et de la Cohésion sociale (tél. : 0825 347 347, 0,15 euro la minute), auprès de votre CAF ou auprès de votre employeur en ce qui concerne le congé.

Vous voulez faire garder votre enfant

Votre enfant ne sera pas « gardé » mais « accueilli » dans un milieu attentif et sécurisant. Afin de faciliter son arrivée dans ce nouveau cadre de vie, il est conseillé de prévoir une période d'adaptation.

L'assistante maternelle agréée

Elle accueille l'enfant :

- dans un cadre familial, à son domicile ;
- s'adapte aux besoins de l'enfant et à son rythme ;
- peut accepter l'enfant malade si sa maladie est compatible avec l'accueil des autres enfants.

L'agrément lui est accordé par le service de la PMI qui s'assure de son état de santé ainsi que de celui de sa famille, de ses capacités éducatives, des conditions d'accueil et d'hygiène de son logement. Cet agrément fixe le nombre d'enfants accueillis simultanément. L'assistante maternelle bénéficie d'une formation de 120 heures, mise en place par le service de PMI, dont 60 heures avant le tout premier accueil. L'équipe de PMI (médecin, puéricultrice, assistante sociale) l'aide dans sa pratique quotidienne et s'assure que les enfants sont accueillis dans de bonnes conditions d'épanouissement et d'hygiène.

LES RELAIS ASSISTANTES MATERNELLES (RAM) SONT DES LIEUX :

- d'information pour les parents à la recherche d'une assistante maternelle agréée,
- d'échanges pour les assistantes maternelles qui s'y rencontrent.

C'est aussi un espace de jeux et d'activités pour les enfants accueillis par les assistantes maternelles.

Les parents sont les employeurs :

- ils déclarent l'assistante maternelle à l'URSSAF et à la CAF ;
- les feuilles de paie sont établies soit par les parents, soit par PAJEMPLOI (CAF) ;
- les parents peuvent se procurer des contrats types au point d'information des modes d'accueil, dans les espaces départementaux des solidarités (EDS), dans les relais assistantes maternelles (RAM) et auprès de la Fédération des particuliers-employeurs de France (FEPEM).

Quels que soient la situation familiale et le montant des revenus, tous les parents peuvent recevoir une aide à l'emploi d'une assistante maternelle agréée. Son salaire ne doit pas dépasser 5 fois le montant horaire du SMIC (par jour de garde et par enfant). Cette aide, versée chaque mois, peut varier selon les ressources du foyer et l'âge de l'enfant.

Vous pouvez vous adresser aux secrétariats de PMI dans les espaces départementaux des solidarités (EDS) et dans les relais assistantes maternelles (RAM).

Le service d'accueil familial (crèche familiale)

Il regroupe des assistantes maternelles agréées, recrutées généralement par les municipalités. Les assistantes maternelles sont encadrées par une équipe placée sous la responsabilité d'une puéricultrice ou d'une éducatrice de jeunes enfants.
La participation financière est calculée en fonction du quotient familial comme pour les autres crèches publiques. **La crèche familiale permet d'accueillir l'enfant chez une assistante maternelle, dans un cadre à la fois familial et stimulant.**
L'assistante maternelle et les parents pourront s'appuyer sur l'équipe d'encadrement pour résoudre d'éventuelles difficultés.
Les enfants peuvent être regroupés régulièrement dans les locaux de la crèche familiale pour partager des activités d'éveil, jeux de motricité, ateliers manuels animés par un éducateur de jeunes enfants.
En cas de maladie, de vacances ou de formation de l'assistante maternelle, une autre assistante maternelle de la crèche pourra accueillir votre enfant.

La crèche et le multi-accueil

La crèche collective est un établissement destiné à accueillir des enfants à partir de la fin du congé de maternité jusqu'à l'entrée à l'école maternelle, ou au plus tard à l'âge de trois ans.

La crèche collective favorise les échanges des enfants entre eux par les jeux, les activités motrices, les apprentissages de la vie quotidienne et l'éveil culturel (livres, musique, etc.). La responsable de la crèche est une infirmière puéricultrice ou une éducatrice de jeunes enfants. Le personnel de la crèche est composé d'auxiliaires de puériculture, d'éducateurs de jeunes enfants, d'agents d'entretien et de cuisiniers. Les crèches collectives peuvent être départementales, municipales, associatives ou privées. Leur capacité d'accueil est variable, d'une dizaine à une soixantaine d'enfants. La CAF participe au financement des modes d'accueil dans le cadre de l'application de la PSU (Prestation de service unique). Les parents participent en fonction de leur quotient familial et du temps de présence de l'enfant.

La halte-garderie

Certaines communes ou organismes offrent des temps d'accueil collectif, réguliers ou ponctuels, de quelques heures à la journée entière, une ou plusieurs fois par semaine. La participation des parents est calculée à l'heure. Ces haltes-garderies permettent d'offrir des temps d'accueil collectif à des enfants gardés à domicile ou dont les parents n'ont besoin que d'un temps d'accueil limité.

La garde à domicile par une assistante parentale

L'assistante parentale s'occupe d'un ou de plusieurs enfants au domicile des parents. Le salaire de l'assistante parentale varie en fonction de sa qualification, de son expérience professionnelle, du temps de travail (notamment en cas de garde partagée avec une autre famille). Les parents peuvent bénéficier du complément du libre choix du mode de garde de la Prestation d'accueil du jeune enfant (PAJE) de la CAF.

LA PMI VOUS AIDE À CHOISIR UN MODE D'ACCUEIL :

• Vous pouvez vous renseigner sur les différents modes d'accueil existants dans votre ville ainsi que sur les modalités d'inscription dans **le centre de PMI le plus proche de votre domicile.**

• Vous pouvez également vous adresser :

– au point d'information des modes d'accueil de votre commune,

– à la crèche,

– à l'espace départemental des solidarités (secrétariat de PMI),

– à la mairie ou au relais assistantes maternelles (RAM).

Vous trouverez les coordonnées de ces structures page 50 ou sur le site **www.cg94.fr**

Le Conseil général gère 4 500 places en crèches départementales pour un budget de 65 millions d'euros. De plus, le Conseil général a subventionné la création de 1 500 nouvelles places durant le 1er plan crèche entre 2003 et 2011, et 1000 durant le 2e plan crèche entre 2012 et 2016.

La séparation

Être parent mobilise beaucoup d'émotions et de pensées contradictoires qui participent directement au tissage des liens qui unissent le parent à son (ses) enfant(s). Dès la naissance, il s'organise entre la mère et son enfant une relation unique et particulière chargée d'affects très forts.

La séparation impose certaines épreuves à l'enfant :

- affronter un lieu inconnu jusqu'alors (celui où la mère confie son enfant) où ni les odeurs, ni les couleurs, ni les bruits ne sont familiers ;
- continuer à vivre en l'absence de la mère avec un « certain sentiment de solitude » qu'il faut pouvoir apprivoiser.

Il peut exister pour la mère des raisons de culpabiliser : laisser son enfant dans d'autres mains que les siennes, provoquer la séparation par impossibilité de pouvoir faire autrement (car nécessité d'aller travailler), etc.
Rassurer la mère peut aussi servir à rassurer l'enfant. La tranquillité de l'un peut faire la tranquillité de l'autre.

Dans cette perspective, une période d'adaptation de l'enfant dans le lieu d'accueil, en présence de ses parents, est essentielle pour lui permettre d'investir à son rythme ce nouvel espace dans lequel il va devoir vivre quelque temps séparé d'eux.
Une séparation réussie permet l'investissement d'autres liens qui viennent enrichir l'enfant en lui permettant de s'ouvrir sur d'autres mondes.

L'adaptation

Le temps d'adaptation va permettre à chacun de faire connaissance : parents, enfant, professionnels et autres enfants. Il va aussi laisser le temps à l'enfant de se familiariser avec ce nouveau lieu.
C'est une période où la maman va passer le relais à un professionnel. Cet accueil doit être progressif pour permettre à chacun de tisser des liens de confiance.
Les échanges entre les parents et le professionnel, l'observation des réactions de l'enfant vont permettre d'adapter au mieux le déroulement de l'adaptation.

Vous viendrez avec votre enfant sur un temps de plus en plus long. Au début vous resterez avec votre enfant, le temps qu'il prenne des premiers repères et que vous transmettiez toutes les informations utiles pour que les professionnels puissent mieux le connaître et répondre à ses besoins de façon adaptée. Puis il vous sera proposé de vous absenter sur des temps qui seront allongés progressivement, pour arriver à une présence complète de l'enfant dans la structure d'accueil ou chez l'assistante maternelle.

AIDER POUR MIEUX PROTÉGER

AIDER POUR MIEUX PROTÉGER

Les professionnels de PMI et des espaces départementaux des solidarités sont à votre écoute. Ces professionnels reçoivent des demandes d'aide et de soutien de la part des familles qui peuvent se trouver dans des situations difficiles avec leurs enfants ou dans leur couple. Des réponses adaptées sont construites avec les familles et un accompagnement leur est proposé pendant toute la durée nécessaire. Cette aide est élaborée en collaboration avec les équipes de l'Aide sociale à l'enfance.

Pas facile d'être parent tous les jours

Toute famille qui rencontre des difficultés et qui s'interroge sur la prise en charge ou l'éducation de ses enfants peut contacter le service départemental de l'Aide sociale à l'enfance (ASE). Les professionnels de l'ASE (moniteurs-éducateurs, éducateurs, assistantes sociales, psychologues) agissent aux côtés des parents en difficulté, des enfants et des adolescents, ainsi qu'auprès des jeunes adultes de 18 à 21 ans. Les services départementaux sont aussi là pour tous ceux qui s'inquiètent pour un enfant de leur entourage (voisin, enseignant, médecin, assistante sociale, etc.).

Pour les contacter : espaces départementaux des solidarités (coordonnées page 55).

Les enfants et les jeunes qui encourent des dangers peuvent bénéficier des dispositions de l'Aide sociale à l'enfance, quelle que soit leur nationalité et, pour les enfants étrangers, que leur situation soit régulière ou non.

L'autorité parentale

L'autorité parentale est partagée entre les 2 parents dès lors que la filiation est établie. Si vous êtes un couple marié, la filiation est établie de fait. Vous devez seulement déclarer la naissance de votre enfant au service de l'État civil de la commune dans laquelle votre enfant est né. Si vous êtes n'êtes pas mariés, vous pouvez reconnaître votre enfant dès la grossesse. Renseignez-vous auprès du service État civil de votre mairie.

MALTRAITANCE, DES LIEUX D'ÉCOUTE

- **Si vous êtes témoin ou victime de violences conjugales, vous pouvez contacter un centre de PMI ou un espace départemental des solidarités (EDS). Vous pouvez aussi téléphoner à :**
  - **Violences conjugales info : 39 19.**
  - **Viols femmes informations : 08 00 05 95 95 (appel gratuit).**
  - **Commissariat de police, SAMU, pompiers : un même numéro, le 112.**

Si vous êtes témoin de mauvais traitements à enfant ou inquiet devant le manque de soins apportés à un enfant, vous pouvez téléphoner à :

- **Allo Enfance Maltraitée : 119.**

- **L'excision d'une mineure résidant sur le territoire français est interdite par la loi. Les parents ou les représentants légaux seront sévèrement punis, même si l'excision est réalisée à l'étranger.**

CARNET D'ADRESSES

CONSEIL GÉNÉRAL DU VAL-DE-MARNE

Hôtel du Département
94054 Créteil Cedex.
Tél. : 39 94 (prix d'un appel local), disponible de 8h à 19h du lundi au vendredi ainsi que le samedi de 8h à 12h).

LES CENTRES DE PROTECTION MATERNELLE ET INFANTILE

vous accueillent, près de chez vous, du lundi au vendredi, de 8h30 à 17h30.

ALFORTVILLE

154, rue Étienne-Dolet
Tél. : 01 43 75 54 82

23, rue Micolon
Tél. : 01 43 76 84 69

ARCUEIL

5, rue Berthollet
Tél. : 01 45 47 12 23

BOISSY-SAINT-LÉGER

La Haie Griselle
Rue Gaston-Roulleau
Tél. : 01 56 32 10 44

BONNEUIL-SUR-MARNE

16, mail Salvador-Allende
Tél. : 01 43 39 68 02

1, rue du Docteur Aline-Pagès
Tél. : 01 43 39 74 03

BRY-SUR-MARNE

2, rue Jules-Ferry
Tél. : 01 48 81 01 20

CACHAN

2, avenue Pasteur
Appt 609/610
Tél. : 01 46 63 21 88

4, rue Raspail
Tél. : 01 46 64 08 81

CHAMPIGNY-SUR-MARNE

10, rue Félix-Pyat
Tél. : 01 42 83 84 66

7, boulevard de Stalingrad
Tél. : 01 47 06 46 52

37 bis, rue Karl-Marx
Tél. : 01 47 06 00 33

10, place Rodin
Tél. : 01 48 80 45 49

8, rue de l'Abreuvoir
Tél. : 01 55 98 11 40

CHARENTON-LE-PONT

21 bis, rue des Bordeaux
Tél. : 01 43 78 00 38

CHENNEVIÈRES-SUR-MARNE

20, villa Corse
Tél. : 01 45 94 64 00

CHEVILLY-LARUE

70, avenue du Président-Roosevelt
Tél. : 01 46 86 26 86

CHOISY-LE-ROI

40, avenue d'Alfortville
Tél. : 01 48 90 91 03

6, avenue Anatole-France
Tél. : 01 48 84 09 93

CRÉTEIL

4, rue Edgar-Degas
Tél. : 01 43 39 23 26

7, rue Amédée-Laplace
Tél. : 01 43 77 07 69

2, rue Charpy
Tél. : 01 48 99 79 22

2, rue de la Terrasse
Tél. : 01 48 99 72 22

5, rue Léopold-Survage
Tél. : 01 48 98 17 04

FONTENAY-SOUS-BOIS

17, rue Jean-Macé
Tél. : 01 48 75 68 27

24, rue Émile-Roux
Tél. : 01 48 75 43 11

FRESNES

20, place Pierre-Curie
Tél. : 01 46 68 30 13

5, mail Aimé-Césaire
Tél. : 01 56 45 13 43

GENTILLY

Cité du Chaperon-Vert
Tél. : 01 46 56 80 77

1, rue de la Bièvre
Tél. : 01 47 40 39 95

20, rue du Soleil-Levant
Tél. : 01 45 47 79 79

IVRY-SUR-SEINE

59, boulevard Paul-Vaillant-Couturier
Tél. : 01 46 72 13 24

1bis, rue Jules-Ferry
Tél. : 01 46 72 22 32

11, rue Michelet
Tél. : 01 46 71 87 82

9, place Voltaire
Tél. : 01 46 72 61 73

JOINVILLE-LE-PONT

33, rue du Port
Tél. : 01 48 83 41 32

LA QUEUE-EN-BRIE

Place du 18-Juin-1940
Tél. : 01 45 93 39 93

LE KREMLIN-BICÊTRE

24, rue du 14-Juillet
Tél. : 01 49 58 43 15

LE PERREUX-SUR-MARNE

11, rue Gallieni
Tél. : 01 48 72 40 52

4, rue d'Estienne-d'Orves
Tél. : 01 43 24 47 06

LE PLESSIS-TRÉVISE

10, résidence des Chênes
Avenue du Général-Leclerc
Tél. : 01 45 94 50 19

L'HAŸ-LES-ROSES

Rue Pierre-Brossolette
Tél. : 01 46 61 42 95

22, rue Gustave-Charpentier
Tél. : 01 46 87 56 79

14, rue Robert-Ferrer
Tél. : 01 46 87 60 26

LIMEIL-BRÉVANNES

24, rue Marius-Dantz
Tél. : 01 45 69 35 52

MAISONS-ALFORT

20, avenue Paul-Vaillant-Couturier
Tél. : 01 43 75 48 71

1, rue du Maréchal-Juin
Tél. : 01 45 18 34 42

4, rue du Soleil
Tél. : 01 48 99 52 16

21, square Dufourmantelle
Tél. : 01 43 75 07 35

NOGENT-SUR-MARNE

9, rue Cabit
Tél. : 01 48 71 40 43

ORLY

2 bis, rue Pierre-Marivaux
Tél. : 01 48 84 03 26

15, rue Christophe-Colomb
Tél. : 01 48 53 09 12

SAINT-MANDÉ

16, rue de Bérulle
Tél. : 01 43 28 31 97

SAINT-MAUR-DES-FOSSÉS

104, boulevard de la Marne
Tél. : 01 48 83 48 42

30, boulevard de Champigny
Tél. : 01 48 83 91 22

1, rue Ledru-Rollin
Tél. : 01 48 83 09 86

SAINT-MAURICE

4, impasse Junot
Tél. : 01 45 18 81 41

SUCY-EN-BRIE

Parc Montaleau
Tél. : 01 45 90 84 24

THIAIS

23, avenue de
la République
Tél. : 01 46 82 32 81

VALENTON

4, allée Fernande-Flagon
Tél. : 01 43 89 27 89

VILLECRESNES

3, rue Foreau
Tél. : 01 45 69 18 14

VILLEJUIF

6, rue Romain-Rolland
Tél. : 01 47 26 38 09

22, avenue de Stalingrad
Tél. : 01 47 26 09 86

3 bis, rue Henri-Barbusse
Tél. : 01 46 78 80 59

VILLENEUVE-LE-ROI

119, rue de la Gare
Tél. : 01 45 97 41 60

VILLENEUVE-SAINT-GEORGES

31, rue Carnot
Tél. : 01 45 10 13 10

Rue Condorcet
Tél. : 01 43 89 60 18

8, allée Mozart
Tél. : 01 43 89 83 35

VILLIERS-SUR-MARNE

9, rue Adrien-Mentienne
Tél. : 01 49 30 03 29

12, rue Marthe-Debaize
Tél. : 01 49 30 80 62

VINCENNES

6, avenue
Pierre-Brossolette
Tél. : 01 43 28 48 34

VITRY-SUR-SEINE

6, rue Rosa-Parks
Tél. : 01 43 90 12 25

13, rue Gérard-Philipe
Tél. : 01 46 82 27 83

2, avenue de la
Commune-de-Paris
Tél. : 01 46 80 38 35

1, square de la Galerie
Tél. : 01 55 53 00 30

117, rue Balzac
Groupe scolaire
Anatole-France
Tél. : 01 46 82 80 40

LES CENTRES DE PLANIFICATION ET D'ÉDUCATION FAMILIALE (CPEF)

Le Conseil général vous propose des consultations gratuites de planification et d'éducation familiale au sein de certains centres de PMI, en milieu hospitalier ou dans des centres municipaux de santé (CMS).

ALFORTVILLE

PMI
154, rue Étienne-Dolet
Tél. : 01 43 75 54 82

PMI – 3, rue Micolon
Tél. : 01 43 76 84 69

ARCUEIL

PMI – 5, rue Berthollet
Tél. : 01 45 47 12 23

CMS – 3, rue du 8-Mai-1945
Tél. : 01 46 15 08 09

BOISSY-SAINT-LÉGER

PMI – Rue Gaston-Roulleau
Tél. : 01 56 32 10 44

BONNEUIL-SUR-MARNE

PMI
16, mail Salvador-Allende
Tél. : 01 43 39 68 02

CACHAN

PMI – 2, avenue Pasteur
Tél. : 01 46 63 21 88

CHAMPIGNY-SUR-MARNE

PMI
7, boulevard de Stalingrad
Tél. : 01 47 06 46 52

PMI
Place Rodin - Bois l'Abbé
Tél. : 01 48 80 45 49

PMI-CPAM
8, rue de l'Abreuvoir
Tél. : 01 55 98 11 40

CHENNEVIÈRES-SUR-MARNE

PMI – 20, villa Corse
Tél. : 01 45 94 64 00

CHEVILLY-LARUE

PMI – 70, avenue du Président-Roosevelt
Tél. : 01 46 86 26 86

CHOISY-LE-ROI

CPEF
6, rue Anatole-France
Tél. : 01 48 84 09 93

CPAM
40, avenue d'Alfortville
Tél. : 01 48 90 91 03

CRÉTEIL

PMI – 2, rue Charpy
Tél. : 01 48 99 79 22

PMI – 4, rue Edgar-Degas
Tél. : 01 43 39 23 25

Centre hospitalier intercommunal
40, avenue de Verdun
Tél. : 01 45 17 55 40

FONTENAY-SOUS-BOIS

PMI – 17, rue Jean-Macé
Tél. : 01 48 75 68 27

CMS – 24, rue Émile-Roux
Tél. : 01 49 74 79 42

FRESNES

PMI – 20, place Pierre-Curie
Tél. : 01 46 68 30 13

GENTILLY

PMI
20, rue du Soleil-Levant
Tél. : 01 45 47 79 79

PMI
Cité du Chaperon-Vert
Tél. : 01 46 56 80 77

IVRY-SUR-SEINE

CMS – 64, avenue Georges-Gosnat
Tél. : 01 43 90 20 00

L'HAŸ-LES-ROSES

PMI – 22, rue Gustave-Charpentier
Tél. : 01 46 87 56 79

CMS
36, rue des Tournelles
Tél. : 01 46 63 36 99

LA QUEUE-EN-BRIE

PMI
Place du 18-Juin-1940
Tél. : 01 45 93 39 93

LE KREMLIN-BICÊTRE

CHU – 78, avenue du Général-Leclerc
Tél. : 01 45 21 27 28

PMI – 24, rue du 14-Juillet
Tél. : 01 49 58 43 15

LE PERREUX-SUR-MARNE

Centre intercommunal
4, rue d'Estienne-d'Orves
Tél. : 01 43 24 47 06

LIMEIL-BRÉVANNES

24, rue Marius-Dantz
Tél. : 01 45 69 35 52

MAISONS-ALFORT

PMI – 20, rue
Paul-Vaillant-Couturier
Tél. : 01 43 75 48 71

Planning familial
52, rue Carnot
Tél. : 01 43 76 65 87

ORLY

PMI – 2 bis, rue Marivaux
Tél. : 01 48 84 03 26 ou
01 48 90 23 06

PMI – 15, rue
Christophe-Colomb
Tél. : 01 48 53 09 12
ou 01 48 90 23 57

CMS – Rue du
Docteur-Calmette
Tél. : 01 48 90 24 00

SAINT-MAURICE

Hôpital Esquirol
Rue du Maréchal-Leclerc
Tél. : 01 43 96 60 68

SAINT-MAUR-DES-FOSSÉS

PMI – 1, rue Ledru-Rollin
Tél. : 01 48 83 09 86

PMI – 104, boulevard
de la Marne
Tél. : 01 48 83 48 42

SAINT-MANDÉ

PMI – 16, rue de Bérulle
Tél. : 01 43 28 31 97

SUCY-EN-BRIE

PMI – Parc Montaleau
Tél. : 01 45 90 84 24

THIAIS

PMI – 23, avenue
de la République
Tél. : 01 46 82 32 81

VALENTON

PMI – 4, allée
Fernande-Flagon
Tél. : 01 43 89 27 89

VILLEJUIF

PMI – 22, avenue
de Stalingrad
Tél. : 01 47 26 09 86
ou 01 47 26 51 82

PMI – 3 ter, rue
Henri-Barbusse
Tél. : 01 46 78 80 59

VILLENEUVE-LE-ROI

PMI – 119, rue de la Gare
Tél. : 01 45 97 41 60

VILLENEUVE-SAINT-GEORGES

PMI – 31, avenue Carnot
Tél. : 01 45 10 13 10

VILLIERS-SUR-MARNE

PMI – 9, rue
Adrien-Mentienne
Tél. : 01 49 30 03 29

VINCENNES

PMI – 6, avenue
Pierre-Brossolette
Tél. : 01 43 28 48 34

VITRY-SUR-SEINE

1, square de la Galerie
Tél. : 01 55 53 00 35

PMI – 2, avenue de la
Commune-de-Paris
Tél. : 01 46 80 38 69

PMI – 13, rue Gérard-Philipe
Tél. : 01 46 82 27 83

PMI – 117, rue Balzac
Tél. : 01 46 82 80 40

LES ESPACES DÉPARTEMENTAUX DES SOLIDARITÉS (EDS)

vous accueillent, près de chez vous, du lundi au vendredi, de 8h30 à 17h30.

EDS D'ALFORTVILLE

Pour les habitants d'Alfortville
109, rue Véron
94140 Alfortville
Tél. : 01 43 53 63 40
eds.alfortville@cg94.fr

EDS DE BOISSY-SAINT-LÉGER

Pour les habitants de Boissy-Saint-Léger, Bonneuil-sur-Marne et Limeil-Brévannes
3, avenue
Charles-de-Gaulle
94470 Boissy-Saint-Léger
Tél. : 01 45 10 75 00
eds.boissy@cg94.fr

EDS DE CHAMPIGNY-CENTRE

Pour les habitants de Champigny-sur-Marne
4, place Lénine
94500
Champigny-sur-Marne
Tél. : 01 48 81 75 45
eds.champcentre@cg94.fr

EDS DES HAUTS-DE-CHAMPIGNY

Pour les habitants des Hauts de Champigny-sur-Marne et Chennevières-sur-Marne
12, place Rodin
94500
Champigny-sur-Marne
Tél. : 01 45 16 82 00
eds.champba@cg94.fr

EDS DE CHOISY-LE-ROI

Pour les habitants de Choisy-le-Roi et Thiais
Tour Orix
1, place des Alliés
94600 Choisy-le-Roi
Tél. : 01 48 53 60 70
eds.choisy@cg94.fr

EDS DE CRÉTEIL

Pour les habitants de Créteil
8, rue du
Général-Lacharrière
94000 Créteil
Tél. : 01 45 13 81 60
eds.creteil@cg94.fr

EDS DE FONTENAY-SOUS-BOIS

Pour les habitants de Fontenay-sous-Bois, Saint-Mandé et Vincennes
5, rue Jean-Douat
94120 Fontenay-sous-Bois
Tél. : 01 45 14 46 00
eds.fontenay@cg94.fr

EDS DE FRESNES

Pour les habitants de Fresnes et Rungis
9, place du 19-Mars-1962
94260 Fresnes
Tél. : 01 49 84 09 05
eds.fresnes@cg94.fr

Pour les habitants de Chevilly-Larue
Espace commun des Solidarités
3, rue du Béarn
94550 Chevilly-Larue
Tél. : 01 41 80 18 95

EDS DE GENTILLY

Pour les habitants de Gentilly, Arcueil et Le Kremlin-Bicêtre
31, rue de la
Division-Leclerc
94250 Gentilly
Tél. : 01 41 24 13 50
eds.gentilly@cg94.fr

EDS D'IVRY-SUR-SEINE

Pour les habitants d'Ivry-sur-Seine
38–42, rue Raspail
94200 Ivry-sur-Seine
Tél. : 01 49 87 12 50
eds.ivry@cg94.fr

EDS DE JOINVILLE-LE-PONT

Pour les habitants de Joinville et Saint-Maur-des-Fossés
68, rue de Paris
94340 Joinville-le-Pont
Tél. : 01 49 76 63 70
eds.joinville@cg94.fr

EDS DE L'HAŸ-LES-ROSES

Pour les habitants de L'Haÿ-les-Roses et Cachan
4, rue Dispan
94240 L'Haÿ-les-Roses
Tél. : 01 46 15 04 70
eds.lhay@cg94.fr

EDS DE MAISONS-ALFORT

Pour les habitants de Maisons-Alfort, Charenton-le-Pont et Saint-Maurice
2, rue Louis-Pergaud
94700 Maisons-Alfort
Tél. : 01 41 79 58 90
eds.malfort@cg94.fr

EDS D'ORLY

Pour les habitants d'Orly, Villeneuve-le-Roi et Ablon-sur-Seine
1, place Le Corbusier
94310 Orly
Tél. : 01 48 84 28 19
eds.orly@cg94.fr

EDS DU PERREUX-SUR-MARNE

Pour les habitants du Perreux-sur-Marne, Bry-sur-Marne et Nogent-sur-Marne
1, allée Victor-Basch
94170
Le Perreux-sur-Marne
Tél. : 01 48 71 58 60
eds.leperreux@cg94.fr

EDS DU PLESSIS-TRÉVISE

Pour les habitants du Plessis-Trévise, La Queue-en-Brie et Villiers-sur-Marne
46, avenue du
Général-de-Gaulle
94420 Le Plessis-Trévise
Tél. : 01 45 94 74 40
eds.leplessis@cg94.fr

EDS DE SUCY-EN-BRIE

Pour les habitants de Sucy-en-Brie, Ormesson, Noiseau, Mandres-les-Roses, Marolles-en-Brie, Périgny-sur-Yerres, Santeny et Villecresnes
17, rue de Boissy
94370 Sucy-en-Brie
Tél. : 01 56 72 23 00
eds.sucy@cg94.fr

EDS DE VILLEJUIF

Pour les habitants de Villejuif
155, rue Jean-Jaurès
94800 Villejuif
Tél. : 01 46 77 42 50
eds.villejuif@cg94.fr

EDS DE VILLENEUVE-SAINT-GEORGES

Pour les habitants de Villeneuve-Saint-Georges et Valenton
25, rue d'Alembert
94190
Villeneuve-Saint-Georges
Tél. : 01 43 89 00 74
eds.villeneuvesg@cg94.fr

EDS DE VITRY-SUR-SEINE

Pour les habitants de Vitry-sur-Seine
27, avenue
Maximilien-Robespierre
94400 Vitry-sur-Seine
Tél. : 01 46 82 16 17
eds.vitry@cg94.fr

LES RELAIS ASSISTANTES MATERNELLES (RAM)

ALFORTVILLE

101, rue Édouard-Vaillant
Tél. : 01 56 29 00 11

ARCUEIL
8/12, rue Cauchy
Tél. : 01 46 64 38 85

BOISSY-SAINT-LÉGER
Rue Gaston-Roulleau
Tél. : 01 45 69 36 12

BONNEUIL-SUR-MARNE
18, place des Libertés
Tél. : 01 43 99 57 83

BRY-SUR-MARNE
54, boulevard Galliéni
Tél. : 01 49 83 68 56

CACHAN
20, place
Eustache-Deschamps
Tél. : 01 47 40 87 38

CHAMPIGNY-SUR-MARNE
1, place Lénine
Tél. : 01 48 82 31 28

CHEVILLY-LARUE
29, rue Derichebourg
Tél. : 01 46 86 75 94

CHOISY-LE-ROI
4, rue Anatole-France
Tél. : 01 48 92 37 81

CRÉTEIL
7, rue du Docteur-Ramon
Tél. : 01 49 80 93 58

1, rue Jacques-Prévert
Tél. : 01 48 99 85 31

FONTENAY- SOUS-BOIS
17/21, rue Dalayrac
Tél. : 01 48 76 30 26

FRESNES
49, avenue de la
Division-Leclerc
Tél. : 01 49 73 23 06

GENTILLY
2 bis, avenue de la
République
Tél. : 01 45 36 62 17

IVRY-SUR-SEINE
43, rue Raspail
Tél. : 01 45 15 68 12

L'HAŸ-LES-ROSES
21, rue Gabriel-Péri
Tél. : 01 45 46 60 75

LE KREMLIN-BICÊTRE
8, rue Anatole-France
Tél. : 01 46 58 02 92

LE-PERREUX-SUR-MARNE
98, avenue du
Maréchal-Joffre
Tél. : 01 43 24 09 18

LIMEIL-BRÉVANNES
68/70, rue Émile-Zola
Tél. : 01 45 99 31 39

MAISONS-ALFORT
36, cours des Juilliottes
Tél. : 01 43 78 85 68

NOISEAU
10, rue Léon-Blum
Tél. : 01 45 90 65 08

ORLY
14, rue Jean-Racine
Tél. : 01 48 84 75 02

SAINT-MANDÉ
8, place Lucien-Delahaye
Tél. : 01 49 57 97 25

SAINT-MAUR-DES-FOSSÉS
32, avenue Saint-Louis
Tél. : 01 45 11 70 60

SAINT-MAURICE
4, impasse Junot
Tél. : 01 45 18 82 43

SUCY-EN-BRIE
4, rue Cité-Verte
Tél. : 01 45 76 65 94

VALENTON
5, allée Fernande-Flagon
Tél. : 01 43 82 73 81

VILLECRESNES
9, rue de l'Église
Tél. : 01 45 10 39 32

VILLEJUIF
35, avenue Paul-
Vaillant-Couturier
Tél. : 01 49 58 85 35

VILLENEUVE-LE-ROI
9, rue Louis-Leblanc-Barbedienne
Tél. : 01 41 65 92 21

VILLENEUVE-SAINT-GEORGES
6, rue Roland-Garros
Tél. : 01 43 89 08 47

VILLIERS-SUR-MARNE
1/5, rue du Bois-Saint-Denis
Tél. : 01 49 30 78 00

VINCENNES
3, rue de l'Égalité
Tél. : 01 43 98 32 70

VITRY-SUR-SEINE
5, allée du Petit-Tonneau
Tél. : 01 55 53 12 34

LES MATERNITÉS VAL-DE-MARNAISES

BRY-SUR-MARNE
Hôpital privé de Marne-la-Vallée
33, rue Léon-Menu
Tél. : 01 49 14 80 00

CHAMPIGNY-SUR-MARNE
Hôpital privé Paul-d'Égine
4, avenue Marx-Dormoy
Tél. : 01 49 83 66 00

CRÉTEIL
Centre hospitalier intercommunal de Créteil
40, avenue de Verdun
Tél. : 01 45 17 50 00

LE KREMLIN-BICÊTRE
CHU
78, avenue du Gal-Leclerc
Tél. : 01 46 21 21 21

NOGENT-SUR-MARNE
Hôpital privé Armand-Brillard
3, avenue Watteau
Tél. : 01 43 94 81 00

SAINT-MAURICE
Hôpitaux de Saint-Maurice
12, 14, rue du Val d'Osne
Tél. : 01 43 96 60 68

SAINT-MANDÉ
Hôpital d'instruction des armées Begin
69, avenue de Paris
Tél. : 01 43 98 50 00

SAINT-MAUR-DES- FOSSÉS
Clinique Gaston-Métivet
48, rue Alsace-Lorraine
Tél. : 01 49 76 76 49

VILLENEUVE-SAINT-GEORGES
Centre hospitalier de Villeneuve-Saint-Georges
40, allée de la Source
Tél. : 01 43 86 20 00

VITRY-SUR-SEINE
Clinique des Noriets
30-44 rue Audran
Tél. : 01 45 59 55 00

ADRESSES UTILES

CENTRE DE PHARMACOVIGILANCE
Centre hospitalier intercommunal
94000 Créteil
Tél. : 01 45 17 53 86

ASSOCIATION SOLIDARILAIT
26, boulevard Brune
75014 Paris
Tél. : 01 40 44 70 70
(répondeur national)

LACTARIUM
Institut de puériculture
26, boulevard Brune
75014 Paris
Tél. : 01 40 44 39 14

SOLIDARILAIT 94 ENTRAIDE MAMAN ALLAITEMENT
Chez Magalie Boudiaf
16, square Berthelot
appartement 244
94140 Alfortville.
Contacts dans le Val-de-Marne :
Magalie : 01 49 77 01 27
Sandrine : 01 49 30 40 17
Julie : 06 84 05 58 32
Entraide.maman
allaitement@laposte.net
www.entraide-maman-allaitement.com

ASSOCIATION LA LECHE LEAGUE
BP 18
78260 L'Étang-la-Ville
01 39 584 584
(répondeur national).

ASSOCIATION DE PARENTS « JUMEAUX ET PLUS »
10 A, quai Beaubourg
94100 Saint-Maur-des-Fossés
Tél. : 01 55 96 39 88

LES SAMI (SERVICES D'ACCUEIL MÉDICAL INITIAL) DU VAL-DE-MARNE

Toujours un médecin généraliste de garde près de chez vous du lundi au vendredi de 20h à minuit, le samedi après-midi et de 20h à minuit, le dimanche et les jours fériés de 8h à minuit.

- 2, rue des Pères-Camilliens
94360 Bry-sur-Marne
- 96, avenue du Général-de-Gaulle
94550 Chevilly-Larue
- 16, place Jean-Martin
94400 Vitry-sur-Seine
- 14, rue du Val-d'Osne
94410 Saint-Maurice
- Rue de la Cité-Verte
94370 Sucy-en-Brie
- 9 bis, rue Ledru-Rollin
94600 Choisy-le-Roi
- 11, rue Charles-Fourier
94500 Champigny-sur-Marne
- 49, rue Henri-Barbusse
94800 Villejuif
- 6, avenue Pierre-Brossolette
94300 Vincennes
- 3, rue Claude-Bernard
Pavillon du Docteur-Berjal
94450 Limeil-Brévannes
- 43, rue des Remises
94100 Saint-Maur-des-Fossés
- 115, avenue du Général-de-Gaulle
94000 Créteil

En cas d'urgence de santé et en l'absence de votre médecin traitant, ne vous déplacez pas directement aux urgences ! Ayez le bon réflexe, appelez le 15. Les médecins régulateurs du 15 sont à votre écoute 24h/24. Si votre état de santé nécessite une hospitalisation immédiate, le 15 organise votre prise en charge globale par le SAMU, de votre domicile vers un établissement de soins.

NOTES

NOTES

3994 Coût d'un appel local depuis un poste fixe

cg94.fr

Conseil général du Val-de-Marne
Protection maternelle et infantile et
Promotion de la Santé
Communication

ACTE - avril 2013 - impression : Grenier